

અંક : ૦૮ ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૩

દશનામ

સરક્યુલર

- સૃષ્ટિને **ઈશ્વર પ્રાપ્તિ**નો માર્ગ બનાવો...
- પ્રચંડ **સફળતાઓ** કે મોટી **તક**ની **રાહ** જોવી નહીં....
- ચાલો.... આપણા **બાળક**ને **ઓળખીએ...!**
- **ચેસ** અને **બાળક**નો **માનસિક** વિકાસ...
- સારા **વિચારો**ની સાથે **સંસાધનો** પણ વિકસાવવાની જરૂર છે....
- હે **ઈશ્વર** !!!
- **સ્વાદિષ્ટ** અને **ફાયદાકારક સંતરા / નારંગી**નું સેવન **કોણે ન કરવું** જોઈએ...?
- **સંતોષી** નર સદા **સુખી...**
- **શિયાળા**ની ઋતુમાં **માથાના દુઃખાવા**થી **રાહત** માટેની ટીપ્સ...



વર્ષ : ૦૧

●

અંક : ૦૮

●

ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૩

●

તંત્રી
લલિતપુરી રામપુરી ગોસ્વામી

●

E-mail
dashnamcircular@gmail.com

●

પ્રકાશન અને સંકલન
લલિતપુરી આર. ગોસ્વામી
સુરત.
મો. 98985 50833

●

ડિઝાઈન
જી.પબ્લીકેશન્સ
સુરત.

●

પ્રાપ્તિ સ્થાન

Join us on **WhatsApp Group**
JOIN

Follow us on **Telegram**
JOIN

For All Volume **Google Drive**
CLICK

તંત્રીલેખ...

સૃષ્ટિને **ઈશ્વર પ્રાપ્તિ**નો માર્ગ બનાવો...

જૂના સમયમાં ગામના ચોરે બેસીને જીવનની ચર્ચા કરવી દિનચર્યાનો એક ભાગ રહેતો હતો. પછી સમય બદલાયો, ભાગદોડ વધી છે. ઝડપથી દોડતા આ યુગમાં લોકો રોકાવાનું તો ભૂલી જ ગયા છે.

માતા-પિતા જ્યારે પોતાનાં બાળકને ચાલવાનું શીખવાડે છે ત્યારે તેને પ્રથમ વખત પગે ચાલતો જોઈને ખુશ પણ થઈ જાય છે. જોકે તેમનાં બાળકો જ્યારે ભાગતાં ભાગતાં પાછું વાળીને જોતાં નથી ત્યારે તેઓ દુ:ખી થઈ જાય છે.

સૃષ્ટિ સાથેનો આપણો સંબંધ માતા-પિતા અને સંતાન જેવો જ છે. તેને માટે તો આપણે બાળક જેવાં છીએ. જો ઉગતો સૂર્ય જોઈને આપણે ખુશ ન થઈએ, ચાંદની રાતમાં શાંતિનો અહેસાસ ન થાય, વહેતી નદીની લહેરો આપણી અંદર ઊઠે અને હરિયાળી જોઈને આપણે અંદરથી ખુશ ન થઈએ તો જે રીતે માતા-પિતાના પ્રયાસ બાદ પણ બાળક ઉદાસ રહે છે તેવી રીતે સૃષ્ટિ પણ આપણાથી નારાજ રહે છે.

જો સૃષ્ટિ સાથેનો આપણો સંબંધ સાચી સમજ સાથેનો બની જાય તો પરમાત્માને પ્રાપ્ત કરવામાં મોડું થતું નથી.

- લલિતપુરી આર. ગોસ્વામી

અનુક્રમણિકા...



પ્રચંડ **સફળતાઓ** કે મોટી **તક**ની **રાહ** જોવી નહીં....

શશીપુરી પી. ગોસ્વામી
સુરત

આપણી આજુબાજુ એવા અનેક લોકો જોવા મળે છે, જેઓ અત્યંત ગર્વપૂર્વક કહેતા હોય છે કે નાની બાબતોમાં આપણે હાથ ન નાંખીએ. કેટલાક તો એવાય હોય, જેમના કામ કે કરિયરની શરૂઆત સુધ્ધાં ન થઈ હોય કે ગાડી સરખી પાટે ન ચડી હોય તોયે સ્ટ્રગલર તરીકે નાના કામો, નાની તકો કે નાની બાબતોમાં પડતા નથી. વળી, તેઓ શેખચલ્લીની જેમ કોઈ મોટી તકની રાહ જોતા બેઠા હોય અને એમાં ને એમાં સમય વેડફતા હોય છે. પણ મહાભારતમાં ભિષ્મ આવા વલણને સારા લીડર કે સાહસિકતાનું વલણ ગણાવતા નથી. તેઓ કહે છે કે નાની સફળતાઓ, નાની બાબતો કે નાના નફાને અવગણે છે એ લીડર તેની સફળતા કે પ્રતિષ્ઠા ઝાઝા સમય સુધી ટકાવી શકતો નથી.

આ માટે શાંતિપર્વમાં ભિષ્મ એક ઉદાહરણ ટાંકે છે. ઉદાહરણ ટાંકતા પહેલાં તેઓ કહે છે કે જો રાજાને માત્ર થોડું જ ધન મળતું હોય તો એનાં તિરસ્કાર ન કરવો. આ બાબતે ઉદાહરણ આપતાં તેઓ કહે છે કે જેમ એક નાનકડો તણખે આખા જંગલમાં દવ લગાડી શકે કે પછી એક નાનકડાં બીજની યોગ્ય રીતે વાવણી થાય તો એ બીજાં અનેક ફળ આપી શકે છે એ રીતે જ નાની સફળતા, નાની તકો ને નાનું ઈન્વેસ્ટમેન્ટ મોટી સફળતાઓના કારણ બનતાં હોય છે.

ભીષ્મ અહીં જ અટકતા નથી. તેઓ ભારપૂર્વક એમ પણ કહે છે કે કોઈ પ્રચંડ સફળતા કે મોટી તકની રાહ જોતા બેસી રહીને એવી નાની તકો કે થોડા અમસ્તા ધનનો અનાદર ન કરવો. આ અનાદર જ લીડરની મતિ ભ્રષ્ટ કરતો હોય છે અને તેને ક્યારેય

રૂટેડ કે ગ્રાઉન્ડેડ રહેવા દેતો નથી. તમે જો ધ્યાનથી આજુબાજુ નજર દોડાવશો તો તમને પણ ખ્યાલ આવશે કે આપણી આસપાસ જે લોકો આવું કહેતાં હશે કે નાનામાં શું પડવું? કે નાનામાં શું હાથ નાંખવો? એ મોટાભાગે ઉછાંછળા હશે. આ એ જ લોકો હશે, જેઓ તેમના કામની કે તેમના પદની કદર નથી કરતા હોતા અને તેમનું મન ચોવીસ કલાક કોમર્શિયલ બાબતોમાં જ અટવાયેલું રહેતું હોય છે કે કયાંથી નફો રળી લેવો કે કયાંથી પૈસા મેળવી લેવા.

ભીષ્મની આ સલાહ સફળતાની એક પ્રક્રિયા તરીકે પણ જોવી રહી. આખરે કોઈ પણ સફળ માણસના વર્તનમાં કે તેની પર્સનાલિટી કે તેના આચરણમાં અમુક પ્રકારનું ઠરેલપણું હોવું અત્યંત જરૂરી બાબત છે. નહીંતર રાતોરાત કરોડપતિ થતો માણસ રાતોરાત રોડપતિ થઈ શકે છે એવા આપણે અનેક દાખલા આસપાસમાં જ જોયા છે. પરંતુ જો ભીષ્મની સલાહ માનતો લીડર, સાહસિક એ અધિકારી તેના કામ કે તેના રોજિંદા જીવનમાં તેની સામે આવતી નાની બાબતોને પણ એટલી જ કુનેહ અને ગંભીરતાપૂર્વક ટ્રીટ કરે છે તો એ અનેક અનુભવો પરથી આપોઆપ તેની અંદર એક ઠરેલપણું આવી જશે, જેનાથી તે મોટી સફળતાઓ પચાવી પણ શકશે અને ટકાવી પણ શકશે.

આમ તો ભીષ્મએ યુદિષ્ઠિરને રાજ્યમાં ઉઘરાવાતા કર કે રાજ્યના વેપારના દ્રષ્ટિકોણથી જ સલાહ આપી છે, પરંતુ આ સલાહ માત્ર આર્થિક દ્રષ્ટિકોણથી જ જોવી કે મૂલવવી યોગ્ય નથી. પરંતુ આપણા જીવનમાં આવતી તકો, આપણા નેટવર્કિંગ કે પછી એકટર્સ બાબતે પણ એટલી જ લાગુ પડે છે. આપણે એમ તો માનીએ છીએ કે આપણા સંપર્કો એ આપણી એસેટ છે, પરંતુ નેટવર્કિંગમાં પણ મોટાભાગના લોકોનો એટિટ્યૂડ એવો હોય છે કે તેઓ નાના સંપર્કોને અવગણે છે. તેઓ એમ માને છે કે આ બધા આપણે શું કામ લાગશે? પરંતુ એ હંમેશાં યાદ રાખવાનું છે કે જે બિગ શોટ્સની આગળ અને પાછળ તમે લટૂડાપટૂડા કરો છો એ બિગ શોટ્સ પણ કંઈ તમને એન્ટરટેઈન કરવાનો નથી. એ એના સ્તરના લોકોની સાથે જ ઊઠબેસ અથવા કોઈપણ પ્રકારની ડિલ કરવાનો છે. એ તમને નાના માનતો હશે.

એની જગ્યાએ નાના, પણ કામના માણસો સાથે એક ચોકકસ નેટવર્કિંગ રાખ્યું હોય તો તમે ધારેલો ગ્રોથ મેળવી શકો છો.

બિલકુલ એવુંજ કંઈક નાના એકટર્સ બાબતે છે. પોતાની ટેબલ ફાઈલોથી લદાયેલી કે ધૂળવાળી ન હોય એની દરકાર રાખવાથી લઈ સવારે ઊઠીએ ત્યારે આપણું બ્લેન્કેટ જાતે યોગ્ય જગ્યાએ મૂકવું જેવી અનેક બાબતો છે, જે આમ બહું નાની લાગે. પણ એ નાની બાબતો જ આપણા દિવસ આપણા વર્ષ કે આપણી આખી કારકિર્દી પર અત્યંત પ્રભાવ પાડતી હોય છે. ઈનશોર્ટ, મોટી કે પ્રચંડ સફળતા જેવું કશું હોતું નથી. મોટી કે પ્રચંડ સફળતા બનાવવી પડતી હોય છે અને એના માટે એવું જ પ્રચંડ વ્યકિતત્વ કે પ્રચંડ અભિગમ લીડર પાસે હોવા અત્યંત જરૂરી છે.

એટલે જ લીડરે કે આંત્રપ્રિન્યરે સફળ થવું હોય કે સફળતાને દાયકાઓ સુધી કાયમી રાખવી હોય તો તેણે કયારેય નાની સફળતાઓ. નાનાં એકટર્સ કે નાના સંપર્કોને નજરઅંદાજ ન કરવા. એવી નાની બાબતોને હંમેશા અત્યંત ગંભીરતાથી લઈ તેના પર કામ કરવું, જેથી લીડર ધીમે ધીમે એક એક પગથિયું ચડતા સફળ પણ થાય અને માણસ તરીકે ઠરેલ પણ બને.

શ્રી દશનામ ગોસ્વામી જ્ઞાતિ મંડળ (રજી. ટ્રસ્ટ) જામનગર સંચાલિત

શ્રી ચેતનગીરી મધુગીરી ગોસ્વામી

દશનામ ગોસ્વામી મેડિકલ ભવન - અમદાવાદ

સિવિલ હોસ્પિટલ, ગેઈટ નં. ૫ ની સામે, મુખીવાસ, જહાંગીરપુરા,
અસારવા, અમદાવાદ. M.: 98984 16915

શ્રી દશનામ ગોસ્વામી સમાજના દર્દી પરિવારને
વિનામુલ્યે (નિઃશુલ્ક)
રહેવાની સુવિધા પુરી પાડતું ભવન.

આ કલ્યાણકારી સેવાકીય કાર્યમાં યથાશક્તિ સ્વૈચ્છીક યોગદાન આપી આભારી કરશોજી.

મેડિકલ ભવન માટેનું આપવામાં આવેલું દાન સંપૂર્ણપણે આવકવેરા નિયમને આધિન 11(B)80G(5)25/11-12/903 JAMNAGAR DT: 29/6/2912 ના આધારિત આવકવેરામાં માફી પાત્ર છે.

:: બેંકની વિગત ::

ખાતાનું નામ : **શ્રી દશનામ ગોસ્વામી જ્ઞાતિ મંડળ જામનગર**
બેંકનું નામ : **બેન્ક ઓફ બરોડા** (લાલ બંગલા શાખા) જામનગર.
ખાતા નંબર : **58090 10000 0447**
IFSC Code : **BARB0LALJAM** (Fifth Letter is ZERO)

:: વહીવટી કાર્યાલય ::

શ્રી હેમેન્દ્રગીરી સુંદરગીરી ગોસ્વામી
સ્વામિનારાયણ નગર, શેરી નં. ૫ (બંધ શેરીના નાકે), હાલાર હાઉસ પછળ,
જામનગર-૩૬૧૦૦૧. M.: 98248 88187



ચાલો.... આપણા
બાળકને ઓળખીએ...!

આપણા સંતાનનું અપેક્ષિત **પરિણામ** ન મળે તો **અસંતોષ** નહીં... **આશ્વાસન** આપીએ...



પિતામ્બરપુરી આર. ગોસ્વામી
સુરત

પરીક્ષાની મોસમ પહેલાં ટેન્શન અને પરીક્ષા પછી હાશકારો અનુભવતા વિદ્યાર્થીઓ, વાલીઓ, શાળા અને સંચાલકો સર્વેની મીટ બોર્ડના પરિણામ તરફ હોય છે. સૌ ખૂબજ વ્યાકુળતાથી પરિણામની રાહ જોઈ રહ્યા હોય અને જો અપેક્ષાકૃત પરિણામ ન મળે તો અસંતોષની સાથે હતાશાનું મોજું ફરી વળે છે.

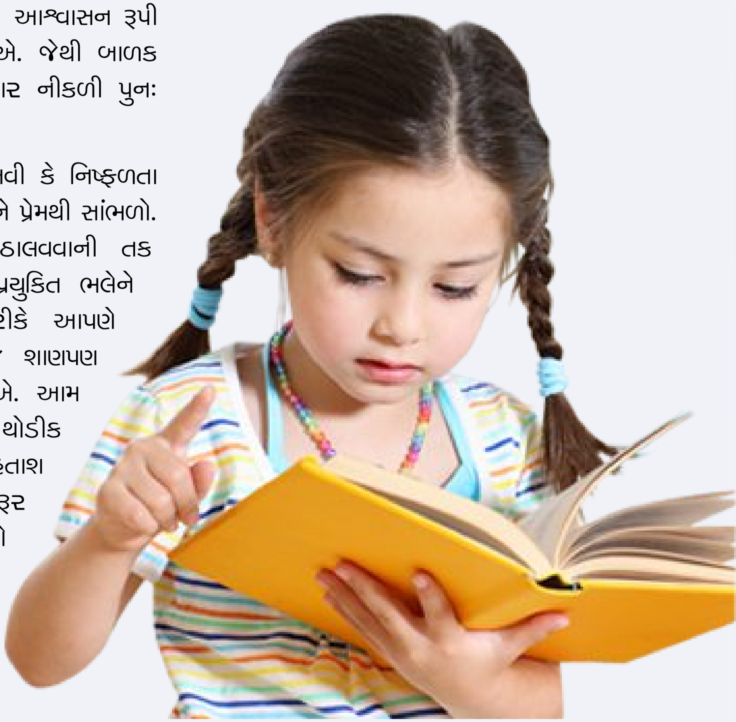
પરીક્ષાની મોસમ પહેલાં ટેન્શન અને પરીક્ષા પછી હાશકારો અનુભવતા વિદ્યાર્થીઓ, વાલીઓ, શાળા અને સંચાલકો સર્વની મીટ બોર્ડના પરિણામ ભણી હોય છે. સૌ ખૂબજ વ્યાકુળતાથી પરિણામની રાહ જોઈ રહ્યા હોય અને જો અપેક્ષાકૃત પરિણામ ન મળે તો અસંતોષની સાથે હતાશાનું મોજું ફરી વળે છે. સંચાલકો આચાર્યો પાસે, આચાર્યો શિક્ષકો પાસે, શિક્ષકો વિદ્યાર્થી પાસે અને માતાપિતા પોતાના સંતાનો પાસે સ્વાભાવિક રીતે જ ઊંચી અપેક્ષા રાખતા હોય છે. પરીક્ષામાં નિષ્ફળ જતાં વિદ્યાર્થીની સ્થિતિ તો ખરેખર દયનીય બની જતી હોય છે. કિશોરાવસ્થાની ઉંમર પ્રમાણે વ્યાપેલી નિરાશા અને હતાશામાં તેમને પોતાનું સમગ્ર જીવન નિરર્થક લાગવા માંડે છે. સમાજમાં આપઘાતના કિસ્સા દિનપ્રતિદિન વધી રહ્યા છે

ત્યારે વાલી તરીકે સૌ પ્રથમ માતા-પિતાએ સવિશેષ ફરજ અદા કરવાની જરૂર સાંપ્રત સમયની માંગ છે.

માતા-પિતા તરીકે અપેક્ષાકૃત પરિણામ ન આવતાં આપણી લાગણી કે ભાવનાને ઠેસ પહોંચે તે સ્વાભાવિક છે ત્યારે ગુસ્સાથી બેકાબૂ ન બનવું. ખરેખર તો આવી નાજુક પરિસ્થિતિમાં સ્થિરતા, ધીરતા અને સંયમ કેળવવાની જરૂર છે. બાળકની મનઃસ્થિતિનો વિચાર કરી આપણા બાળકને હૂંફ અને સહાનુભૂતિ આપવી જોઈએ. એને લાગવું જોઈએ કે મારા માતા-પિતા સતત મારી સાથે છે. ખરેખર તો આવા સમયે આપણે હિંમત આપવાની જરૂર હોય છે. બેટા, ગભરાવવાનું નહિ, નાપાસ થયા તો થયા, તેં મહેનત તો કરી પણ થોડી ઓછી પડી. હવે ચિંતા ન કરીશ. બહું ટેન્શન નહીં લેવાનું. નાપાસ થવું એ બહુ મોટી વાત નથી વગેરે આશ્વાસન રૂપી શબ્દોનો મલમ લગાડવો જોઈએ. જેથી બાળક નિષ્ફળતાના આઘાતમાંથી બહાર નીકળી પુનઃ સ્વસ્થતા પ્રાપ્ત કરી શકે.

એક વાત યાદ રાખવી કે નિષ્ફળતા બાળકને મળી છે સૌ પ્રથમ એને પ્રેમથી સાંભળો. એને પણ મનનો ઊભરો ઠાલવવાની તક આપો. ક્યારેક એની બચાવપ્રયુકિત ભલેને ખોટી હોય, માતા-પિતા તરીકે આપણે સમજદારીથી કામ લેવામાં જ શાણપણ રહેલું છે, તે ન ભૂલવું જોઈએ. આમ કરવાથી બાળક પોતાની રીતે થોડીક હળવાશ અનુભવશે અને હતાશ મનોદશામાંથી કંઈક અંશે જરૂર બહાર આવશે. પરિણામનો સહજ રીતે સ્વીકાર કરો, કારણ કે ઘણીવાર બાળકે આપણી ઈચ્છાને માન આપીને કે દબાણવશ વિષય કે પ્રવાહ પસંદ કરેલ હોય છે. ક્યારેક મિત્રો સાથે દેખાદેખીમાં વિષય કે પ્રવાહની પસંદગી થઇ હોય ત્યારે એની 'કેપેસીટી'નો વિચાર જે તે સમયે ન કર્યો તો વાંધો નહિં. તેના પરિણામે જ્યારે વાસ્તવિકતા પુરવાર કરી જ દીધી છે ત્યારે તમે પરિણામને સહજ સ્વીકારશો તો બાળકને લાગશે કે ખરેખર એને કોઈ સમજનાર છે.

માતા-પિતા તરીકે એક વાત હંમેશા યાદ રાખો, બાળકનાં પરિણામને પરિવારની પ્રતિષ્ઠાનો પ્રશ્ન કદાપિ ન બનાવો. દેખાદેખી કે દબાણથી રાખેલ વિષયને કારણે નિષ્ફળતા પ્રાપ્ત થઈ હોય ત્યારે બાળકની રસરુચિને અનુરૂપ વિષય/પ્રવાહની પસંદગી કરી આગળ વધવાના પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. બાળકને રેન્ક લાવવા માટે રેસના ઘોડાની માફક હાંફી જાય એ રીતે ન દોડાવીએ.



રવીન્દ્રનાથ ટાગોર કહે છે :

"ફૂલની કળીઓની પાંખડીઓ ઉઘાડી આપવાનું કામ આપણું નથી, એ પાંખડીને આપમેળે ઉઘડવા દેવી જોઈએ. બાળકને પોતાના નિસર્ગદત્ત રસોને વિકસાવવાની સ્વતંત્રતા મળશે તો તે પ્રગતિનાં સોપાન રમતાં રમતાં સાકાર કરશે."

વાલી તરીકે એક વાત યાદ રાખો કે બધાં જ પ્રકારનાં બળમાં મનોબળ એ અતિ ઉત્તમ બળ છે. આથી કોઈ પણ સંજોગોમાં બાળકનું મનોબળ તૂટવા ન દેવું, આત્મવિશ્વાસ ટકાવી રાખવો ખૂબ જરૂરી છે. નાની નાની વાતો, પ્રેરક પ્રસંગો અને બોધકથાઓ, દ્રષ્ટાંત - કથાઓ દ્વારા આત્મવિશ્વાસ વધારી શકાય. માતા-પિતા તરીકે બાળક સાથે તમારો વ્યવહાર નાપાસ થવાની નાજુક ક્ષણે અધિકારી તરીકે નહિં પરંતુ મિત્રવત્ હોવો જરૂરી છે. ઠપકાં ને બદલે આશ્વાસનનાં મીઠા બોલ એને જરૂર શીતળતા આપશે. દરેક મા-બાપ સંતાનો પાસે ઊંચી અપેક્ષા રાખતા હોય છે. પરંતુ તે ન સંતોષાય તો તેવા સમયે આત્મચિંતન કરવું જોઈએ.

માતા-પિતા તરીકે પોતાનું બાળક પરીક્ષામાં સફળ પરિણામ મેળવે એવી અપેક્ષા હોય છે. આપણે પણ બાળકનાં અભ્યાસમાં પૂરતો રસ લઈ એને પ્રેરણા આપવી જોઈએ. બાળકનું અન્ય પરીક્ષાનું પરિણામ કેવું છે? બાળકની અભ્યાસ કરવાની રીતો, વાંચવાના કલાકો, ખોરાક, મિત્રો, પરીક્ષાનું પ્રીપ્લાનિંગ વગેરે પ્રત્યે પણ પૂરતો રસ દાખવી ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. બાળકને એક અહેસાસ કરાવો કે અમે તમારા અભ્યાસ માટે કેટલો રસ લઈએ છીએ. એને આપણી હૂંફની, પ્રેમની જરૂર છે. બાળક તમારું છે. તમારે હર પળે એની સાથે રહેવાનું છે. હજુ એને જિંદગીની લાંબી મઝલ કાપવાની છે. તમે જ સાચાં રાહબર અને સાચા મદદગાર છો. તમારા પ્રેમાળ વર્તનમાં કોઈ પણ પ્રકારે આવવી ન જોઈએ.

ચેસ અને બાળકનો માનસિક વિકાસ...



માનસિક વિકાસ માટે યોગ્ય પ્રકારની તાલીમ અને તાલીમ માટે વિવિધ રમતો. જેમાં ચેસ, ચોપાટ જેવી રમતો દ્વારા પણ યોજના, ધીરજ, નિર્ણયશક્તિ જેવા ગુણોનો વિકાસ થાય છે.

ચેસની રમતનો બાળકના માનસિક વિકાસ સાથે સીધો સબંધ છે. ચેસ રમવાથી ઘણા ફાયદા થાય છે.

ચેસની રમત બે ખેલાડીઓ વચ્ચે રમી શકાય છે. ચેસની રમતમાં બોર્ડ ચોસઠ સફેદ અને કાળા ચોરસ ખાનાઓનું બનેલું હોય છે. તેમાં કુલ બત્રીસ પ્યાદા હોય છે. તેમાં રાજા, વજીર, હાથી, ઘોડો, ઊંટ અને સૈનિકોનો સમાવેશ થાય છે.

ચેસ એ એક ઈન્ડોર ગેમ છે. જેમાં કોઈપણ પ્રકારનો થાક લાગતો નથી. આ રમત બુદ્ધિની શ્રેષ્ઠ કસરત અને કસોટી જેવી છે. ચેસ રમવાથી તર્કશક્તિ, વિચારશક્તિ અને વ્યૂહરચનાની આવડત, બારીકાઈથી કાર્ય કરવાનું સામર્થ્ય તથા ચોક્કસ પ્રકારના અનુમાનોથી યોગ્ય નિર્ણયો લેવાની શક્તિ સોળે કળાએ ખીલી ઊઠે છે.

કેટલાક સંશોધનો દ્વારા એ પુરવાર થયું છે કે જે બાળકો નિયમિત રીતે ચેસની રમત રમતા હોય છે તેમનો બૌદ્ધિક વિકાસ બહું ઝડપથી થાય છે; આત્મવિશ્વાસ મજબૂત બને છે; તેઓ ઝડપથી આત્મનિર્ભર બને છે; તેમની સર્જનાત્મકતા અને એકાગ્રતા વધે છે. ચેસની રમતમાં નિપુણતા હાંસલ કરનાર યુવાનો જયારે વાસ્તવિક જિંદગીમાં કોઇ મૂંઝવણભરી સ્થિતિમાં મૂકાય જાય ત્યારે તેનું મગજ આ પડકારને ઝીલી લે છે અને તેમાંથી બહાર આવવાનો રસ્તો તેઓ ઝડપથી શોધી કાઢે છે.

મહાન ચેસ ખેલાડી ગેરી કાસ્પરૉય રશિયાના બાકુનો વતની છે અને બાકુના અભ્યાસની ટકાવારી અન્ય તમામ શહેરો કરતા વધારે છે. ત્યારે કારણ જાણવા મળ્યું કે અહીં તમામ શાળાઓમાં ચેસ ફરજિયાત છે. જેને કારણે બાળક અને યુવાનની માનસિક શક્તિ વધારે ખીલી ઊઠે છે.

ચેસ રમવાથી પરીક્ષામાં ખાસ કરીને ગણિત અને સાયન્સ જેવા વિષયોમાં વધારે માર્કસ લાવી શકાય છે. તેવું એક સર્વે ૮૦૦૦ બાળકો ઉપર થયું હતું. તેમનાંમાં રમતની સાથે ભણવામાં આત્મવિશ્વાસ વધ્યો હતો.

આ જ કારણસર આજે ચેસની રમતનો દુનિયામાં ત્રીસ દેશોની શાળાઓમાં બાળકના રોજિંદા અભ્યાસક્રમમાં સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. આવી શાળાના વિદ્યાર્થીઓની ગણિતની ક્ષમતામાં પણ નોંધપાત્ર વધારો જોવામાં આવ્યો છે.

આમ, ચેસની રમત દ્વારા બાળકના અભ્યાસના ડરને તો દૂર કરી શકાય છે સાથે સાથે વધુ ચબરાક અને વધુ બુદ્ધિશાળી એવા ભવિષ્યના નાગરિકોની આખી પેઢીનું સર્જન કરવા આપણે સમર્થ બનીએ છીએ.



સારા **વિચારો**ની સાથે **સંસાધનો** પણ વિકસાવવાની જરૂર છે....

કેટલાક સારા વિચારોને પ્રાપ્ત કરવા માટે આપણે ઘણા બધા ખરાબ વિચારોને જન્મ આપવાની જરૂર હોય છે. આપણા સારા વિચારોને તેની સંભાવના સુધી પહોંચવાની તક આપવા માટે તમારે વધુ ગંભીર છટણી કરવાની જરૂર હોય છે. પરંતુ તે માટે માત્ર ખોટા વિચારોથી જ મુક્તિ ના મેળવો, કેટલાક સારા વિચારોને પણ ખતમ કરો. ઘણા બધા વિચારો પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનો અર્થ એ છે કે આપણે આપણા સંસાધનોને ઘણી બધી જગ્યાએ વિખેરીને તેને નબળા કરી રહ્યા છીએ. આપણા સારા વિચારોને લોકો સુધી પહોંચાડવા માટે પૂરી એકાગ્રતાની સાથો સાથ સંસાધનો વિકસાવવાની પણ જરૂર હોય છે. તેથી મુશ્કેલ વિકલ્પ પર પસંદગી ઉતારો અને જે સારા વિચારો હેતુપૂર્તિ માટે ઉપયોગી ના હોય તેનાથી પણ છૂટકારો મેળવો.



હે **ઈશ્વર** !!!

પ્રવિણગીરી જે. ગોસાઇ
જામનગર

હે ઈશ્વર !
એવી ખુમારીથી જીવ્યા છીએ કે...
કોઈના પર ડીપેન્ડન્ટ રેવાનું નહીં જ ફાવે...
પોતાના શ્વાસ છોડી ને ઉધાર ના શ્વાસ નહીં ફાવે...
અને એટલે જ કદાચ...
વેન્ટીલેટર ઉપર રહેવું પણ નહીં ફાવે...
શરીરમાં પાંચ જગ્યાએ નળીઓ ભરાવેલી હોય...
અને ખાટલા પર પાથરેલી હોય જૂની...
કરચલીઓવાળી ચાદરની જેમ પડયા હોઈએ...
ત્યારે નહીં મારતો...!!!
પણ...
મંદિરમાં સાંજ ટાણે દીવો કર્યો હોય...
અને
કોઈ સુગંધી પવનની એક થપાટ સાથે...
એ દીવો ઠરે, એવી રીતે અમને ઠારજે હોં... કે...
હે ઈશ્વર !
અમે પૂરેપૂરા જીવતા હોઈએ ને...
ત્યારે જ મારજે...

પાનખર આવવાની રાહ જોઈને...
ડાળી ઉપર લટકી રહેલા શ્વાસ...
અમારાથી નહીં જોવાય...
જેમની સાથે આખી જીંદગી વિતાવી છે...
એ બધા લોકોને કેવી રીતે કહી શકશું ગુડબાય??
તું મૃત્યુને તૈયાર થતી પત્નીની જેમ મોકલતો નહીં...
કે... એ... 'આવું છું... આવું છું... કહીને !!!!
કયાંય... સુધી રાહ જોવડાવે...
તું મૃત્યુને ઘરમાં રહેલા કોઈ વડીલના
આશીર્વાદની જેમ મોકલજે કે...
ખબર પણ ન પડે અને વરસી જાય...
તેં જીવતર નામની ઘાત આપી છે...
તો એ ઘાતમાંથી પણ તું જ ઉગારજે...
હે ઈશ્વર !!!
અમે પૂરેપૂરા જીવતા હોઈએ ને...
ત્યારે જ અમને મારજે...

તારે દુવાઓ નથી જોઈતી?
જીવ બચ્યા કરતા જીવ ગયાની !!!
તને વધારે દુવાઓ લાગશે...
કોઈપણ જાતની નોટીસ વગર,
આમ અચાનક તારા ઘરે આવીએ !!!
તો સાચું કહી દે ઈશ્વર શું તને એમ ફાવશે???
સુખની યાદીમાં નામ ન રાખે તો કાંઈ નહીં...
યમરાજની યાદી વખતે તો અમને સંભારજે...
હે ઈશ્વર !!!
અમે પૂરેપૂરા જીવતા હોઈએ ને...
ત્યારે જ અમને મારજે...



સ્વાદિષ્ટ અને ફાયદાકારક સંતરા / નારંગીનું સેવન કોણે ન કરવું જોઈએ...?

ડૉ. નંદિની એસ. ગોસાઇ

જામનગર



સંતરા / નારંગી એક એવું ફળ છે જે ભારતમાં ખૂબ જ ખાવામાં આવે છે. તે વધારે મોંઘુ નથી હોતું. તેથી દરેક ગરીબ અને અમીર વ્યકિત તેનો આનંદ માણી શકે છે. આપણામાંથી મોટાભાગના લોકો તેના ફાયદાઓથી વાકેફ છે. તેમાં વિટામિટ એ, વિટામિન બી, વિટામિન સી, મેગ્નેશિયમ, કેલ્શિયમ, ફોસ્ફરસ અને પોટેશિયમ જેવા પોષક તત્ત્વો મળી આવે છે જે શરીરને દરેક રીતે ફાયદો કરે છે. આટલા બધા ગુણો હોવા છતાં, આ ફળ અમુક લોકો માટે ફાયદાકારક નથી, કારણ કે તે કેટલીક પરિસ્થિતિઓમાં નુકસાનકારક સાબિત થઈ શકે છે.

એસિડિટીથી પીડાતા લોકો :

જે લોકો વારંવાર એસિડિટીની ફરિયાદ કરે છે તેઓ સંતરા/નારંગી અથવા તેના રસનું સેવન ન કરવું જોઈએ. કારણ કે તે છાતી અને પેટમાં બળતરાને વધારી શકે છે.

દાંતમાં કેવિટી હોય તેવા લોકો :

સંતરામાં એક પ્રકારનું એસિડ જોવા મળે છે, તે જો દાંતના ઈનેમલમાં રહેલા કેલ્શિયમ સાથે મિકસ થાય તો તે બેકટેરિયલ ચેપનું કારણ બની શકે છે. જો તમને દાંતમાં કેવિટી હોય ત્યારે તમારે સંતરાનું સેવન ન કરવું જોઈએ. તેનાથી તમારા દાંત વધારે ખરાબ થઈ શકે છે.

પેટમાં દુ:ખાવો થતો હોય તેવા લોકો :

આમ તો પેટમાં દુ:ખાવો ઘણા કારણો સર થઈ શકે છે, પરંતુ જો તમને અચાનક આ સમસ્યાનો સામનો કરવો પડે છે, તો તરત જ સંતરા/નારંગી ખાવાનું બંધ કરો કારણ કે સંતરા/નારંગીમાં હાજર એસિડ સમસ્યાને વધુ વધારશે.

અપચાના દર્દીઓ :

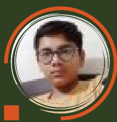
જે લોકોને પેટની સમસ્યા હોય તેમણે સંતરા/નારંગીનું સેવન ન કરવું જોઈએ કારણ કે તેનાથી ઝાડા, પેટમાં ચૂંક આવવી અને અપચાની સમસ્યા થઈ શકે છે. જો સંતરા/નારંગીને વધારે માત્રામાં ખાવામાં આવે તો તે શરીરને ફાઈબર આપશે જેનાથી ડાયેરિયા જેવી સમસ્યા થઈ શકે છે.

બોધ
કથા



સંતોષી નર સદા સુખી...

મંથનપુરી એલ. ગોસ્વામી
સુરત



કાશીના મહારાજા કનકકાન્તના મરણ પછી તેના સેનાપતિએ લશ્કરને કાબુમાં લઈ પોતાની સત્તા જમાવી અને ત્રણ રાજકુમારોને દેશપાર કર્યા.

ત્રણે રાજકુમારો, સત્તા વિહીન થઈ દૂર દેશાવર ચાલી નીકળ્યા.

એમનાં નામ, દિલીપ, દિલદાર અને દિલાવર.

થાકયા પાકયા તેઓ એક વખત એક જંગલ પસાર કરી મેદાન મેદાનવાળા પ્રદેશમાં આવી પહોંચ્યા, અને ત્યાં રસ્તાની બાજુ પર આવેલી એક ધર્મશાળામાં રાત ગાળી તેઓ આગળ ચાલ્યા. આગળ ચાલતાં તેઓ થાક લેવા બેઠા અને સૌએ વિચાર કરવા માંડયો કે ગુમાવેલુ રાજય લેવાના શા ઉપાયો યોજવા.

દિલીપે પૂછયું "દુનિયામાં ઉત્તમમાં ઉત્તમ ચીજ કઈ?"

"હું નથી જાણતો." દિલાવરે કહ્યું.

"શકિત" દિલદાર બોલ્યો.

"ના, તું ભુલ કરે છે-પૈસો." દિલીપ બોલ્યો.

દિલીપ અને દિલદારે કયાં સુધીએ શકિત અને પૈસાની ઉપયોગિતા વિષે વાદવિવાદ કર્યો.

છેવટે નક્કી થયું કે ત્રણે ભાઈઓએ છુટા પડવું અને સૌએ દુનિયાની ઉત્તમમાં ઉત્તમચીજ લઈ દસ વર્ષ પછી વિજયા દશમનીને દહાડે પેલી ધર્મશાળામાં મળવું.

એક મોટા વણઝારાની સાથે દિલીપ ગયો અને પોતાનો ઘોડો ખેલાવતો દિલદાર દૂરના ડુંગરાઓમાં અદ્રશ્ય થઈ ગયો. દિલાવર ઊભો ઊભો વિચાર કરવા લાગ્યો કે શું કરવું?

તેણે ધર્મશાળામાં ધર્મશાળાના રખેવાળની એક સુંદર કન્યા જોઈ હતી. તેનું હૃદય તેના તરફ આકર્ષાયું તે ત્યાં ગયો.

દસ વર્ષને વહી જતાં વાર ન લાગી દસ વર્ષમાં દિલાવર બે છોકરાનો બાપ થયો હતો. તેને જે લાધ્યું હતું તે બીજાને લાધ્યું હશે કે કેમ તે શંકા હતી.

વિજયા દશમીને મંગળ પ્રભાતે એક તરફથી દ્રવ્યથી ભરપુર વેપારી કાફલો અને તેને મોખરે દિલીપ અને બીજી બાજુથી સેંકડો ઘોડા દોડાવતા રણધીરો અને તેનો નાયક દિલદાર. ધર્મશાળા તરફ ધસ્યા આવતા હતા.

દસ દસ વર્ષની જહેમત એ સંપત્તિ અને સાધનો પાછળ ગાળી હતી.

બેઉ એક બીજાને ભેટયા.

“તારી પાસે બળ છે પણ પૈસો કયાં? તારા બધાયે માણસોને વધુ પૈસાની લાલચ દઈ હું રોકી શકું એમ છું.” દિલીપે દિલમાં ડરીને કહ્યું.

“અને ઘડીના છઠ્ઠા ભાગમાં તારો સઘળો અસબાબ હું લુટાવી મારો કરી શકું એમ છું.” દિલદારે એ જ રીતે દિલ દમે એવો જવાબ વાળ્યો.

“પણ દિલાવર કયાં?”

એને એવામાં લતા મંડપ નીચે દિલાવર દેખાયો. બેઉ ત્યાં ગયા. “તે શું કર્યું?” તેમણે પૂછયું.

“અંદર ચાલો” તેણે જવાબ આપ્યો.

“હું આ કમાયો.” એમ કરી દિલાવરે પોતાનું સંતોષી કુટુંબ બતાવ્યું તેનાં બાળકો પોતાના કાકાઓને વળગી પડયાં.

તેમનાં દિલ પીગળ્યાં.

“પણ એથી કાંઈ રાજ્ય પાછું મેળવાય?”

હસીને દિલાવર બોલ્યો, “એ આપને જ મુબારક હો! સેનાપતિ આપણે છૂટા પડયા પછી બીજે જ વર્ષે મરણ પામ્યો છે અને ત્યાર પછી પ્રજાનાં અનેક કહેણ મને રાજગાદી સંભાળી લેવાને આવ્યાં પણ હું મારી આ સ્થિતિમાં એટલો સંતોષી છું કે તે ઉપાધી વહોરી દુ:ખમાં પડવા દિલ લલચાતું નથી.”

“દસ દસ વર્ષની જહેમત! અને અંતે અમે એક બીજાનાં ગળાં કાપવા તૈયાર થયા હતા! હું દિલદારનું બળના લોભે.”

“અને હું ધનના લોભે ધનના અભાવે હું મારા સૈનિકોને શું દઉં એ સવાલ હતો.”

“પણ ત્રીજી ચીજ સિવાય એ બેઉ નકામાં છે.”

“ખરેખર! દુનિયામાં ઉત્તમમાં ઉત્તમ ચીજ તો તેં જ શોધી છે.” એમ કહી દિલીપ અને દિલદાર દિલાવરને ભેટયા.

થોડા વખતમાં દિલીપને કાશીનું રાજ્યાસન પ્રાપ્ત થયું અને દિલદારને દિવાન પદ મળ્યું.

દિલદાર પોતાની સ્થિતિમાં સંતોષ માની રહ્યો હતો એ કહેવાની જરૂર છે?

હાસ્ય
કણિકાઓ

દર્શનપુરી ડી. ગોસ્વામી
સુરત



* મનિયાએ તેના પપ્પાને પૂછયું : પપ્પા, તમને નવાઈ નથી લાગતી કે મમ્મી થોડા દિવસ પહેલાં તો બહું બોલ બોલ કરતી હતી, હવે એકદમ ઓછું બેલે છે. એવું કેમ?
મનિયાના પપ્પાએ કહ્યું : બેટા, તારી મમ્મીને કોઈ જ્યોતિષીએ કહ્યું લાગે છે કે મોઢું બંધ રાખવાથી તું ઓછી ઉંમરની લાગે છે.

* * * * *

* સરલા : તરલા, મેં તારા ઘરે ગઈકાલે મોકલેલો મુરબ્બો કેવો લાગ્યો?
તરલા : મુરબ્બો? હા, મારો મનિયો તેની ચોપડીનું પાનું સાંધ્યા પછી કહેતો હતો કે મમ્મી, આ ગુંદર સરસ છે. ક્યાંથી લાવી?

* * * * *

* પતિ (ફોન પર પત્નીને) : તું બહું પ્રેમાળ છે.
પત્ની : થેન્કસ.
પતિ : તું એકદમ રાજકુમારી જેવી છે.
પત્ની : શરમાઈને, બીજું બોલો શું કરો છો?
પતિ : કાંઈ નહિં... નવરો બેઠો હતો, વિચાર્યું થોડી મજાક કરી લઉં.

* * * * *

* જમાઈ પોતાના સાસરે ગુરુજીનું પ્રવચન સાંભળવા ગયો.
ગુરૂજી : જે સ્વર્ગ જવા માગે છે તે પોતાના હાથ ઉઠાવો.
(સાસુ અને પત્નીએ હાથ ઉઠાવ્યો, પણ જમાઈએ નહીં.)
ગુરૂજીએ પૂછયું : તમે સ્વર્ગ નથી જવા માગતા?
જમાઈ : આ બંને જતી રહે તો મારે તો અહીં જ સ્વર્ગ થઈ જશે.

* * * * *

* ચંગુ પોતાના માતા-પિતા સાથે હોટલમાં ગયો. ત્યાં એક વ્યકિત સિગારેટ પી રહી હતી.
ચંગુ : ભાઈ, તમે બહાર જઈને સિગારેટ પીવોને, મારા માતા-પિતા સાથે છે.
વ્યકિત : તો શું થયું?
ચંગુ : શું થયું એટલે શું? મને પણ મન થવા લાગ્યું છે....

* * * * *

* છોકરીવાળા : અમને તમારો છોકરો પસંદ નથી.
છોકરાવાળા : પસંદ તો અમને પણ નથી, પણ એમ ઘરમાંથી કાઢી થોડી મુકાય છે?

* * * * *

* કર્મચારી : બોસ તમે પરિણીત લોકોને જ નોકરી પર કેમ રાખો છો?
બોસ : કારણ કે તેમને અપમાન સહન કરવાની ટેવ તેમજ ઘરે જલદી જવાની ઉતાવળ નથી હોતી.

* * * * *

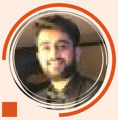
* ચંગુ : યાર તું કાલે આટલો દુ:ખી કેમ હતો?
મંગુ : યાર મારી પત્નીએ ૫૦૦૦ રૂપિયાની સાડી લીધી હતી એટલે.
ચંગુ : તો પછી આજે આટલો બધો ખુશ કેમ છે?
મંગુ : કારણ કે મારી પત્ની તે સાડી પહેરીને તારી પત્નીને મળવા જઈ રહી છે.

* * * * *

* કનુ : કંકોત્રીમાં પુરૂષના નામ આગળ ચિ. અને પત્નીના નામ આગળ અ.સૌ. શા માટે લખાય છે?
મનુ : ચિ. એટલે ચિંતાગ્રસ્ત અને અ.સૌ. એટલે એકલી સો બરાબર...

* * * * *

શિયાળાની ઋતુમાં માથાના દુઃખાવાથી રાહત માટેની ટીપ્સ...



ડૉ. સાગરગીરી આર. ગોસાઈ
જામનગર

શિયાળાની ઋતુમાં શરદી, ઉધરસ અને વાઈરલ જેવી સમસ્યાઓની સાથે સાથે ઘણા લોકો માથાનો દુઃખાવો અને માથું ભારે થવાની સમસ્યાથી પણ પરેશાન રહે છે. ઘણી વખત સવારે પથારીમાંથી ઊઠ્યા પછી પણ માથાના દુઃખાવાને કારણે ઘણી સમસ્યાઓ થાય છે. કેટલાક લોકો માથાના દુઃખાવા માટે પેઈનકિલર ગોળી લે છે, તો કેટલા લોકો મલમ લગાવીને રાહત મેળવવા પ્રયાસ કરતા હોય છે. પરંતુ એવું જરૂરી નથી કે દર વખતે આમ કરવાથી રાહત મળે. આવી સ્થિતિમાં, કેટલાક ઘરેલું ઉપચાર તમારી સમસ્યાને પળવારમાં દૂર કરી દેતા હોય છે. તેની કોઈ આડઅસર પણ થતી નથી. તો અહિં માથાનો દુઃખાવો દૂર કરવાના કેટલા ઘરેલું ઉપાયો દર્શાવ્યા છે જરૂર આપને ઉપયોગી થશે.

જો ઠંડા વાતાવરણમાં માથાના દુઃખાવાની ફરિયાદ હોય તો ગરમ વસ્તુઓનું સેવન કરવાથી આરામ મળે છે. કેફીન અથવા કોઈપણ ગરમ પદાર્થનું સેવન તણાવ ઘટાડે છે અને માથાનો દુઃખાવો દૂર કરે છે. 'જર્નલ ઓફ હેડેક એન્ડ પેઈન' અનુસાર કેફીનના સેવનથી મૂડ પણ સારો રહે છે. આનાથી તમે વધુ સતર્ક રહો છો અને બ્લડ સેલ્સ રિલેક્સ રહે છે. જેના કારણે માથાનો દુઃખાવો દૂર થાય છે.

શિયાળામાં માથાનો દુઃખાવો દૂર કરવા મટે આદુનો ઉકાળો અદ્‌ભુત કામ કરે છે. તેનાથી શરીરને ગરમી મળે છે અને દર્દમાં પણ રાહત મળે છે. આદુનો ઉકાળો પણ શરીરમાં બળતરાની સમસ્યાને ઓછી કરે છે. આ રોગપ્રતિકારક શકિતને પણ મજબૂત કરે છે. જો તમે ઈચ્છો તો ઉકાળાની જગ્યાએ આદુનું પાણી પીવું પણ ફાયદાકારક છે. જયારે તેમાં મધ ઉમેરવામાં આવે છે ત્યારે તેની અસર વધુ અદ્‌ભુત બની જાય છે.

જો શરદીને કારણે માથાનો દુઃખાવો થતો હોય તો તેલને થોડું ગરમ કરી માલિશ કરો. આ ખૂબ અસરકારક છે. સરસવનું તેલ આશ્ચર્યજનક રીતે અસરકારક છે. તેનાથી જલદી રાહત મળે છે. મસાજ કરવાથી માંસપેશીઓને આરામ મળે છે અને માઈગ્રેનથી પણ બચાવે છે.



દશનામ
સરક્યુલર

આભાર

ૐ નમો નારાયણ,

અત્યંત આનંદની લાગણી સાથે આ **‘દશનામ સરક્યુલર’** ઈ-મેગેઝીનનો **ફેબ્રુઆરી–૨૦૨૩**નો **આઠમો** અંક આપની સમક્ષ રજૂ કરું છું. મને આશા છે કે આ અંક પણ આપને જરૂર ગમશે અને ઉપયોગી થશે. અગર આપ એવું ઈચ્છતા હો કે આ અંક આપણા સમાજના દરેક પરિવાર, સભ્ય સુધી પહોંચે, તો આપ આપના સગા-સ્નેહીજનો-મિત્રોના ગ્રુપમાં પણ જરૂર શેર કરજો.

‘દશનામ સરક્યુલર’ ઈ-મેગેઝીનમાં સંકલિત કરેલી કેટલીક ઉપયોગી માહિતી સોશિયલ મિડીયાના માધ્યમથી આપણા સમાજની દરેક વ્યકિત, પરિવાર સુધી પહોંચે અને ઉપયોગી થાય એવો અમારો આ નમ્ર પ્રયાસ છે. આ ઈ-મેગેઝિનનો અંક દર અંગ્રેજી મહિનાના પ્રથમ સપ્તાહમાં પ્રસિદ્ધ થાય છે.

‘દશનામ સરક્યુલર’ ઈ-મેગેઝીનને હજુ પણ શ્રેષ્ઠતમ બનાવવા આપના સૂચનો આવકાર્ય છે.

આ અંક માટે આપનો અભિપ્રાય અમને **વોટ્સએપ, ટેલિગ્રામ** અથવા **ઈ–મેલ** પર જરૂર મોકલશો, આપનો અભિપ્રાય અમારો ઉત્સાહ વધારશે.

‘દશનામ સરક્યુલર’ ઈ-મેગેઝીનના આગળના દરેક અંક આપ અમારી ટેલિગ્રામ ચેનલ :

"DASHNAM Circular"

Telegram Channel Link :
https://t.me/dashnamcircular પરથી દરેક અંક વિનામુલ્યે પ્રાપ્ત કરી શકો છો.

આપના આશીર્વાદ અને સાથ-સહકાર મળતા રહે એવી અપેક્ષા સહ
ૐ નમો નારાયણ...

- લલિતપુરી આર. ગોસ્વામી

સાદર અર્પણ...

અમારામાં સંસ્કારો અને આવડતોનું સિંચન કરનાર
અમારાં માતા-પિતાને...

कर्मण्येवाधिकारस्ते मा फलेषु कदाचन ।
मा कर्मफलहेतुर्भूर्मा ते संगोऽस्त्वकर्मणि ।।



પૂ. પિતાશ્રી રામપુરી નારણપુરી ગોસ્વામી • પૂ. માતુશ્રી જમનાબેન રામપુરી ગોસ્વામી

શ્રી પિતામ્બરપુરી રામપુરી ગોસ્વામી - અ.સૌ. અરૂણાબેન પિતામ્બરપુરી ગોસ્વામી
શ્રી શશીપુરી પિતામ્બરપુરી ગોસ્વામી - અ.સૌ. હેમાલીબેન શશીપુરી ગોસ્વામી
અર્પિતા
કુશકુમારપુરી પિતામ્બરપુરી ગોસ્વામી

•

શ્રી ધનસુખપુરી રામપુરી ગોસ્વામી - અ.સૌ. પુષ્પાબેન ધનસુખપુરી ગોસ્વામી
સુરજપુરી - દર્શનપુરી

•

શ્રી લલિતપુરી રામપુરી ગોસ્વામી - અ.સૌ. ભારતીબેન લલિતપુરી ગોસ્વામી
તન્વી - મંથનપુરી
(રબારીકા - જામજોધપુર / સુરત)